

**HUBUNGAN *RELIGIOUS COPING* DAN RESILIENSI PADA REMAJA  
KORBAN BENCANA BANJIR DAN TANAH LONGSOR DI PACITAN**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**Qoriyna Fidinillah  
201410230311274**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG  
2018**

**HUBUNGAN *RELIGIOUS COPING* DAN RESILIENSI PADA REMAJA  
KORBAN BENCANA BANJIR DAN TANAH LONGSOR DI PACITAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Malang  
sebagai Salah Satu Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**Oleh:**

**Qoriyna Fidinillah  
201410230311274**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG  
2018**

## LEMBAR PENGESAHAN

1. Judul Skripsi : Hubungan *Religious Coping* Dan Resiliensi Pada Remaja Korban Bencana Banjir Dan Tanah Longsor Di Pacitan
2. Nama Peneliti : Qoriyna Fidinillah
3. NIM : 201410230311274
4. Fakultas : Psikologi
5. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang
6. Waktu Penelitian : 18 Maret – 27 Maret

Skripsi ini telah diuji oleh dewan penguji pada tanggal, ... April 2018

Dewan Penguji

Ketua Penguji : Dr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si ( )

Anggota Penguji : 1. Putri Saraswati, M.Psi ( )

2

3.

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si

Putri Saraswati, M.Psi

Malang,

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

Muhammad Salis Yuniardi, S. Psi, M. Psi, Ph. D

## **SURAT PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Qoriyna Fidinillah  
NIM : 201410230311274  
Fakultas / Jurusan : Psikologi  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah yang berjudul :  
Hubungan *Religious Coping* Dan Resiliensi Pada Remaja Korban Bencana Banjir  
Dan Tanah Longsor Di Pacitan

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan skripsi/karya ilmiah dari penelitian yang saya lakukan merupakan hak bebas royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang, 2018

Mengetahui

Ketua Program Studi

Yang Menyatakan,

**Siti Maimunah, S. Psi, M. M, M. A**

**Qoriyna Fidinillah**

## **Kata Pengantar**

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, saya panjatkan puja dan puji syukur atas kehadiran-Nya, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya kepada saya, sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan tugas akhir skripsi ini dengan lancar.

Ungkapan terima kasih tidak lupa saya sampaikan kepada :

1. Bapak M. Salis Yuniardi, S.Psi., M.Psi, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Ibu Dr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan nasehat, bimbingan serta waktunya selama penelitian dan penulisan skripsi ini.
3. Ibu Putri Saraswati, S.Psi.,M.Psi selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan, motivasi serta do'a kepada penulis selama pengerjaan skripsi.
4. Ayah dan Ibu (Almh) yang selalu memberikan dukungan, semangat serta do'a yang sangat berarti bagi penulis.
5. Mas dan Adik-adik yang telah memberikan motivasi dan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
6. Supervisor Psikososial Bapak Tofa dan Ibu Anik beserta Tim MDMC Kota Pacitan yang telah banyak membantu turun lapang dan memberikan pengalaman yang sangat luar biasa.
7. Sahabat sekaligus saudara yang telah memberikan dukungan Heppi, Nata, Puput, Bela, Innok, Winda
8. Teman-teman seperjuangan kelas Psikologi F 2013 yang memberikan semangat.

Tak ada gading yang tak retak, sehingga penyusun sangat menyadari bahwa penyusunan tugas akhir skripsi ini sangat jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu dengan tangan terbuka penulis sangat menerima segala saran dan kritik agar dapat memperbaiki dan memberikan hasil yang terbaik.

Akhir kata, saya berharap semoga tugas akhir skripsi ini bisa memberikan manfaat dan inspirasi pembaca untuk kedepannya.

Malang, 7 April 2018

**Qoriyna Fidinillah**

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR LAMPIRAN.....	vvi
ABSTRAK .....	1
PENDAHULUAN .....	2
LANDASAN TEORI.....	5
<i>Religious Coping</i> .....	5
Resiliensi .....	6
Hubungan <i>religious coping</i> dan resiliensi korban banjir dan tanah longsor di Pacitan .....	7
KERANGKA BERFIKIR .....	9
HIPOTESA .....	10
METODE PENELITIAN.....	10
Rancangan Penelitian .....	10
Subjek Penelitian.....	10
Variable dan Instrumen Penelitian .....	11
Prosedur dan Analisa data.....	12
HASIL PENELITIAN.....	12
DISKUSI.....	13
SIMPULAN DAN IMPLIKASI .....	16
DAFTAR PUSTAKA .....	17

LAMPIRAN .....	23
----------------	----

#### DAFTAR TABEL

Tabel 1. Indeks Validitas Skala .....	11
Tabel 2. Indeks Reliabilitas Skala.....	11
Tabel 3. Korelasi <i>religious coping</i> dan Resiliensi.....	12
Tabel 4. T-Skor <i>religious coping</i> .....	13
Tabel 5. T-Skor Resiliensi .....	13

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I. Skala Try Out dan Blueprint .....	19
Lampiran II. Hasil Validitas dan Reliabilitas.....	38
Lampiran III. Output Hasil Penelitian.....	48
Lampiran IV Dokumentasi.....	50



# **HUBUNGAN *RELIGIOUS COPING* DAN RESILIENSI PADA REMAJA KORBAN BENCANA BANJIR DAN TANAH LONGSOR DI PACITAN**

Qoriyna Fidinillah

Fakultas Psikologi – Universitas Muhammadiyah Malang

[qfidinillah12@gmail.com](mailto:qfidinillah12@gmail.com)

Pada keadaan pasca bencana remaja sering kali mengalami sedih, takut, cemas dan merasa kehilangan namun remaja dituntut untuk mampu mengelola perasaannya dan bangkit secara mandiri. Hal ini dikarenakan pada umumnya bantuan dan pendampingan diberikan pada anak-anak. Seperti remaja pada umumnya yang mempunyai cita-cita ideal dalam hidupnya, remaja di Pacitan juga masih memiliki mimpi ideal dalam meraih cita-citanya sehingga remaja harus mampu bangkit dari keterpurukan (resiliensi). Salah satu hal yang bisa dilakukan oleh remaja pasca bencana untuk resiliensi adalah dengan *religious coping*, yakni upaya penyelesaian masalah dengan pendekatan keagamaan seperti berdoa, berdzikir serta mendengarkan ceramah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *religious coping* dan resiliensi. Penelitian ini bersifat non-eksperimen berjenis korelasional. Teknik pengambilan data menggunakan teknik *purposive sampling*. Jumlah subjek sebanyak 204 remaja korban bencana. Hasil analisis data diperoleh nilai  $r = 0.509$   $p = 0.000$  ( $\text{sig} < 0.01$ ) dengan demikian dapat disimpulkan terdapat hubungan antara *religious coping* dan resiliensi.

Kata kunci : Remaja, *Religious coping*, Resiliensi

*Devastating natural disasters such as flood and landslide often left the survivors to experience deep sadness, traumatic fear, anxiety and overwhelming loss. In the post-disaster situations, immediate assistance and advisory services are primarily given to children to provide urgent support. On the other hand, for adolescent victims, they are required to be able to recover and mitigate their loss by themselves. To put it in another way, adolescent victims are required to build their resilience independently. One of the ways to develop resilience is by religious coping. Religious coping is often used by adolescent victims to seek spiritual support in order to deal with post-disaster events. It covers a variety of religious approaches such as praying, dhikr and listening to sermons. The aim of this study is to investigate the relationship between religious coping and resilience on adolescent victims of flood and landslide disasters in Pacitan. This study employed non-experimental method with correlational design. Purposive sampling technique was opted to pick out the sample. The participants of this study were 204 adolescent victims of the disasters. The result of data analysis*

*showed that  $r$  value = 0.509  $p$  = 0.000 (sig <0.01). Therefore, it can be concluded that there is a positive relationship between religious coping and resilience.*

*Keywords: Adolescent, Religious coping, Resilience*

Masa remaja merupakan periode penting dalam perkembangan individu dimana pada masa ini remaja dikatakan sebagai individu yang sedang mencari identitas atau jati diri yang itu akan dicari dengan cara berinteraksi dengan lingkungan sosial (Santrock 2012). Kelompok usia remaja merupakan usia yang rentan terhadap perubahan lingkungan, perkembangan tingkah laku dan gejala-gejala psikologis yang negatif, salah satunya diakibatkan oleh bencana (Lopez Ibor 2005). Menurut Vijayakumar, Thara, John, dan Chellepa (2006) anak-anak dan remaja lebih rentan dibandingkan orang dewasa dalam menerima dampak yang paling berat dari kejadian traumatis, karena mereka akan merasakan *“helplessness and passivity, lack of usual responsiveness, generalized fear, heightened arousal and confusion”*.

Bencana di Kabupaten Pacitan November 2017 berdampak cukup besar, Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) Jawa Timur yang dilansir dalam Pacitan ku mengungkapkan bahwa korban yang terdampak bencana banjir dan longsor terdiri dari anak-anak hingga lansia, terdapat 1651 korban anak-anak dan remaja. Selain dampak fisik dan lingkungan terdapat pula dampak psikologis yang dirasakan oleh korban remaja pasca bencana yaitu sedih, kehilangan, merasa bersalah, marah, takut dan cemas. Remaja korban bencana merasa sedih karena kematian seseorang dan hilangnya segala harta benda, korban remaja juga merasakan kerinduan atau perasaan kehilangan terhadap segala hal yang hancur atau hilang, selain itu korban marah karena merasa tidak berdaya dan kehilangan kemampuan untuk memahami situasi, korban remaja juga merasa takut dan cemas karena bencana banjir dan longsor saat itu terjadi tanpa adanya pertanda dan takut peristiwa yang sama akan terjadi lagi. Hal-hal tersebut membuat korban menjadi susah tidur, mimpi buruk dan lebih sensitif.

Banyaknya dampak yang terjadi pada remaja korban bencana membuat korban dituntut untuk mampu mengelola perasaannya. Remaja dituntut untuk mampu mengelola perasaannya dan bangkit secara mandiri karena di dalam lingkungannya orang tua lebih fokus untuk mendampingi korban yang masih balita hingga anak-anak. Seperti remaja pada umumnya yang selalu mempunyai cita-cita yang ideal dalam hidupnya, remaja di Pacitan juga masih memiliki mimpi ideal untuk melanjutkan pendidikan tinggi agar mampu mempunyai profesi yang seperti di impikan kelak oleh karena itu penting sekali bagi remaja korban bencana untuk mampu bangkit dari keterpurukan yang diakibatkan oleh bencana yang sudah terjadi. Kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi bila terjadi sesuatu yang merugikan dalam hidup dan bertahan dalam keadaan tertekan sekalipun atau bahkan dalam keadaan kesengsaraan disebut dengan resiliensi.

Brook & Goldstein (2000) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu dalam mengatasi masalah dan tekanan secara lebih efektif, kemampuan untuk bangkit dari masalah, kekecewaan, dan trauma serta untuk dapat mengembangkan tujuan

yang lebih realistis. Selain itu Reivich & Shatte (2002) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan yang dimiliki individu dalam merespon keadaan yang sulit secara sehat dan mampu untuk tetap produktif walaupun dihadapkan pada situasi yang tidak nyaman yang dapat memicu terjadinya stres. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Gisela Van Kessel yang menyatakan bahwa seorang yang resiliensi dia dapat menerima keadaan, mampu beradaptasi, tidak menutup diri dan mampu berkomunikasi dengan baik dengan koneksi sosial baru.

Remaja korban bencana dianggap seseorang yang memiliki resiliensi jika mereka mampu untuk secara cepat kembali kepada kondisi sebelum trauma dan terlihat kebal dari berbagai peristiwa-peristiwa kehidupan yang negatif. Remaja korban bencana yang tidak memiliki resiliensi maka dalam menyikapi masalah cenderung putus asa, mudah stres karena kemampuannya kecil serta tidak memiliki visi dan keyakinan untuk bangkit menuju kehidupan yang lebih baik (Eka dan Rintana 2014). Siebert (2005) menyebutkan bahwa individu yang resiliensinya tinggi mempunyai beberapa karakteristik yaitu fleksibel, optimis, mampu beradaptasi dengan keadaan baru secara cepat, berkembang dalam perubahan konstan, dan mempunyai keyakinan untuk bangkit dari keadaan yang tidak menyenangkan sedangkan individu dengan resiliensi rendah ia akan terpuruk, pesimis, tidak mampu beradaptasi dengan keadaan dan tidak memiliki keyakinan untuk bangkit.

McCubbin (2001) menyatakan terdapat dua faktor yang mempengaruhi resiliensi individu yaitu *internal protective factor* dan *external protective factor*. *Internal protective factor* merupakan protective factor yang bersumber dari diri individu seperti harga diri, efikasi diri, kemampuan mengatasi masalah, regulasi emosi, dan optimis. Sedangkan *external protective factor* merupakan protective factor yang ber sumber dari luar individu, misalnya *support* dari keluarga dan lingkungan. Beberapa faktor yang memengaruhi resiliensi adalah faktor *eksternal protektif factor*, yang bersumber pada luar individu, remaja korban bencana diberikan dorongan dari keluarga terdekat untuk bangkit kembali dari suasana berduka, atau korban remaja diberikan motivasi dan bantuan dari orang lain yang berada disekitarnya. Hal ini sesuai dengan penelitian Wenjei Dei kepada 321 korban bencana di Cina pada tahun 2016 yang menunjukkan bahwa adanya dukungan keluarga dan dukungan sosial sangat berpengaruh dalam membuat korban bencana resiliensi atau bangkit kembali dari keadaan terpuruk atau stres.

Remaja korban bencana juga mampu meningkatkan resiliensi dipengaruhi oleh faktor internal protektif, atau faktor dalam diri yakni *self esteem*, remaja korban bencana dengan *self esteem* yang tinggi akan memberikan penghargaan pada dirinya bahwa ia merasa bahwa dirinya mampu untuk bangkit dari bencana atau resiliensi, remaja korban bencana dengan efikasi diri yang tinggi dan juga regulasi emosi yang baik akan mampu mengelola perasaannya hingga munculnya keyakinan untuk bisa melewati musibah bencana yang sedang terjadi dan optimis bahwa ia mampu melanjutkan kehidupan kembali pasca bencana.

Kemampuan individu dalam mengatasi masalah juga menjadi faktor adanya resiliensi, setiap individu mempunyai cara tersendiri dalam mengatasi masalah, pada remaja korban bencana hal ini bisa terlihat dari cara individu menghadapi stres yang diakibatkan oleh bencana, hal ini sering disebut sebagai *coping*, Folkman & Lazarus (1984) mengatakan bahwa *coping* merupakan sekumpulan pikiran dan perilaku yang dimiliki individu dalam menghadapi situasi yang menekan. Salah satu bentuk *coping* yang bisa dilakukan dalam meningkatkan resiliensi adalah *religious coping*. Pargament (1997) mengatakan bahwa *religious coping* adalah suatu upaya penyelesaian masalah dengan menggunakan pendekatan keagamaan seperti berdoa, berserah diri kepada Tuhan, mengikuti kegiatan keagamaan seperti mendengarkan ceramah serta memberikan dampak secara fisik maupun psikis serta berdamai dengan kejadian berbahaya yang menekan kehidupan seseorang.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Godze Ikizer pada tahun 2016 terhadap 360 orang korban bencana di Turki menunjukkan bahwa *religious coping* menjadi salah satu faktor yang berpengaruh dalam meningkatkan resiliensi pasca bencana. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Kimberly Norsis pada tahun 2017 yang menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mendorong kemampuan Korban dalam meningkatkan resiliensi di beberapa budaya yakni pendekatan religiusitas dan agama. Salhah Abdullah pada tahun 2015 juga melakukan penelitian terhadap 500 orang korban banjir yang juga menunjukkan bahwa *religious coping* memainkan peranan penting dalam mengatasi masalah stres akibat bencana.

Menurut Aflakseir & Coleman (2011) *religious coping* mempunyai pengaruh dalam menurunkan tingginya stres seseorang dan juga mempengaruhi kehidupan seseorang untuk diubah menjadi hal yang positif sehingga korban akan memiliki rasa percaya diri untuk bangkit dari keterpurukan akibat bencana yang menimbulkan stres. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Adrian Faden pada tahun 2013 kepada 200 orang dewasa korban gempa di Pakistan Barat Laut menggunakan kuesioner *religious coping* yang menunjukkan bahwa tingginya *religious coping* mampu memunculkan emosi positif sehingga korban mampu mengelola diri dan mampu bangkit atau resiliensi, sedangkan rendahnya *religious coping* dihubungkan dengan emosi negatif yang membuat korban merasa terpuruk.

*Religious coping* memiliki faktor-faktor yang mendorong adanya *coping*, menurut Pargament (2000) beberapa faktor yang mempengaruhi *religious coping* adalah pengalaman, pendidikan dan usia. Faktor usia menyebutkan bahwa semakin dewasa seseorang semakin bagus cara penggunaan *religious coping*. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sipon terhadap 150 orang dewasa korban banjir di Malaysia yang menunjukkan *religious coping* merupakan ketarampilan *coping* paling jelas dalam menurunkan stres akibat bencana pada orang dewasa. Banyaknya penelitian *religious coping* terhadap dewasa tersebut menarik perhatian peneliti untuk melakukan penelitian terhadap subjek yang berbeda yakni remaja karena menurut Bridgers & snarey (2010) dalam buku *Life-span development* menyebutkan bahwa berbagai aspek agama berkaitan dengan hal-hal positif yang terjadi pada diri remaja.

Hal ini sesuai dengan penelitian Elizabeth Thomas tahun 2014 terhadap remaja korban bencana, penelitian tersebut menunjukkan bahwa saat tingkat religiusitas remaja korban bencana rendah sehingga membuat trauma yang mendalam dan lambatnya resiliensi.

Sejalan dengan beberapa penelitian yang mempunyai fenomena yang sama yakni resiliensi remaja dan juga *religious coping* dalam kebencanaan, Pusat Pelayanan Konseling Trauma UMM dan MDMC (*Muhammadiyah Disaster Management Center*) di Kota Pacitan sebagai lembaga sosial pasca bencana yang dinaungi oleh Muhammadiyah memberikan kegiatan serupa yakni berupa pendekatan religi dengan melakukan doa bersama dan juga kajian motivasi keislaman pasca bencana yang terjadi di Pacitan. Berdasarkan uraian diatas menarik perhatian peneliti sehingga memunculkan rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *religious coping* dan resiliensi remaja korban bencana di Pacitan. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan *religious coping* dan resiliensi remaja korban bencana di Pacitan. Manfaat dari penelitian ini adalah menambah wawasan serta sumbangsih pemikiran dalam psikologi, Serta dapat menjadi rekomendasi terhadap peningkatan kegiatan pasca bencana yang dilakukan oleh Pusat Pelayanan Konseling Trauma UMM dan MDMC serta komunitas sosial lainnya.

### ***Religious coping***

Wong McDonald & Gorsuch (2000) mengatakan bahwa religius dapat digunakan seseorang dengan menggunakan keyakinannya guna mengelola stres dan masalah-masalah mengenai permasalahan psikologis dalam kehidupan sehari-hari. Wong & Wong (2006) mengartikan *religious coping* adalah upaya penyelesaian masalah dengan mengikutsertakan ketuhanan sebagai pengaruh besar dalam permasalahan seseorang yang terjadi dalam hidupnya. Pargament (1997) mengatakan bahwa *religious coping* adalah suatu upaya penyelesaian masalah dengan menggunakan pendekatan keagamaan seperti berdoa, berserah diri kepada Tuhan, mengikuti kegiatan keagamaan seperti mendengarkan ceramah serta memberikan dampak secara fisik maupun psikis serta berdamai dengan kejadian yang berbahaya yang menekan kehidupan seseorang.

Berdasarkan penjelasan teori tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa *religious coping* merupakan suatu penyelesaian masalah melalui pendekatan keyakinan agama seseorang untuk dapat menyelesaikan permasalahan yang terjadi. Permasalahan yang terjadi dapat berupa permasalahan psikis seperti perasaan tertekan yang menyebabkan stres, serta permasalahan fisiologis yang dapat mengancam dirinya.

Konsep serta aspek *religious coping* yang dikemukakan oleh Pargament masih sangat global dan digunakan di negara bagian barat. Aflakseir dan Coleman (2011) melakukan sebuah penelitian mengenai pengembangan instrumen *religious coping* terhadap agama Islam di negara Iran dan menemukan terdapat perbedaan yang masih terkait dengan teori Pargament yang relevan. Aflakseir dan Coleman (2011) telah menyaring dan mengadaptasi jenis *religious coping* yang telah dikemukakan

Pargament dengan pemahaman religi yang lebih spesifik. Terdapat 5 aspek *religious coping* yang dikemukakan oleh Aflakseir & Coleman (2011) yaitu:

1. *Positive religious coping*

1. *Religious Practice*, kegiatan spiritual yang dilakukan seperti sholat dan do'a yang dilakukan secara fokus serta mengartikan bahwa kegiatan mendekatkan diri tersebut memiliki manfaat kebaikan dalam kehidupan
2. *Benevolent reappraisal*, menilai kembali secara positif terhadap permasalahan yang terjadi
3. *Active Religious Coping*, seseorang berdoa dan yakin bahwa Tuhan akan menjawab semua doa-doanya

2. *Negative religious coping*

1. *Negative Feeling Toward God*, seseorang memiliki perasaan yang negatif kepada Tuhan terhadap masalah yang dihadapi
2. *Passive Religious Coping*, seseorang bergantung kepada Tuhan dan menunggu bantuan Tuhan dalam menghadapi persoalan hidup.

## **Resiliensi**

Resiliensi merupakan konstruk psikologi yang diajukan oleh para ahli behavioral dalam rangka mengetahui, mendefinisikan dan mengukur kapasitas individu untuk tetap bertahan dan berkembang pada kondisi yang menekan (*adverse condition*) dan untuk mengetahui individu untuk kembali pulih (*recovery*) dari kondisi tekanan (McCubbin, 2001). Sedangkan Reivich & Shatte (2002) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan yang dimiliki individu dalam merespon keadaan yang sulit secara sehat dan mampu untuk tetap produktif walaupun dihadapkan pada situasi yang tidak nyaman yang dapat memicu terjadinya stres.

Pendapat lain oleh Brook & Goldstein (2000) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu dalam mengatasi masalah dan tekanan secara lebih efektif, kemampuan untuk bangkit dari masalah, kekecewaan, dan trauma; serta untuk dapat mengembangkan tujuan yang lebih realistis. Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit dan bertahan dalam menghadapi situasi yang sulit sehingga dapat keluar dari permasalahan dan tekanan secara lebih efektif serta mampu mengembangkan tujuan yang realistis.

## **Aspek-aspek resiliensi**

Reivich & Shatte (2002) memaparkan tujuh aspek dari resiliensi. Aspek-aspek tersebut adalah pengaturan emosi, kontrol terhadap impuls, optimisme, kemampuan

menganalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut :

- 1.) *Emotion regulation* (pengendalian emosi) yang artinya kemampuan individu untuk mengatur emosi sehingga tetap tenang meskipun berada dalam situasi di bawah tekanan.
- 2.) *Impulse control* (pengendalian dorongan) yakni kemampuan individu untuk mengendalikan impuls atau dorongan-dorongan dalam dirinya. Kemampuan mengontrol impuls akan membawa kepada kemampuan berpikir yang jernih dan akurat.
- 3.) *Optimism* (optimis) yang berarti individu memiliki kepercayaan bahwa segala sesuatu akan menjadi lebih baik. Individu mempunyai harapan dan kontrol atas harapannya.
- 4) *Causal analysis* (analisis penyebab masalah) yakni kemampuan menganalisis masalah pada individu yang dapat dilihat dari bagaimana individu mengidentifikasi sebab-sebab dari permasalahan yang menyimpannya secara akurat.
- 5) *Empathy* (empati) yang merupakan kemampuan individu untuk bisa membaca dan merasakan bagaimana perasaan dan emosi orang lain.
- 6) *Self efficacy* (efikasi diri) yakni kepercayaan individu bahwa individu mampu untuk mengatasi segala permasalahan disertai keyakinan akan kekuatan yang dimiliki untuk mengatasi permasalahan-permasalahan tersebut.
- 7) *Reaching out* (kemampuan untuk meraih apa yang diinginkan) yang menggambarkan keberanian individu untuk mengatasi segala ketakutan-ketakutan yang mengancam dalam kehidupannya sehingga tidak menghambat individu untuk meraih apa yang diinginkannya.

### **Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi**

McCubbin (2001) menyatakan terdapat dua faktor yang mempengaruhi resiliensi individu yaitu 1) *Internal protective factor* yang artinya bersumber dari diri individu seperti harga diri, efikasi diri, kemampuan mengatasi masalah, regulasi emosi, dan optimism. 2) *External protective factor* yang bersumber dari luar individu, misalnya support dari keluarga dan lingkungan.

### **Hubungan *religious coping* dan resiliensi**

Banyaknya dampak yang terjadi pada remaja korban bencana membuat korban dituntut untuk mampu mengelola perasaannya, korban harus mampu beradaptasi dengan cepat dengan keadaan dan melakukan hal-hal sederhana yang bisa dilakukan meskipun dalam situasi tertekan. Kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi bila terjadi sesuatu yang merugikan dalam hidup dan bertahan dalam keadaan tertekan sekalipun atau bahkan dalam keadaan kesengsaraan disebut dengan resiliensi.

McCubbin (2001) menyatakan terdapat dua faktor yang mempengaruhi resiliensi individu yaitu *internal protective factor* dan *external protective factor*. *Internal protective factor* merupakan protective factor yang bersumber dari diri individu

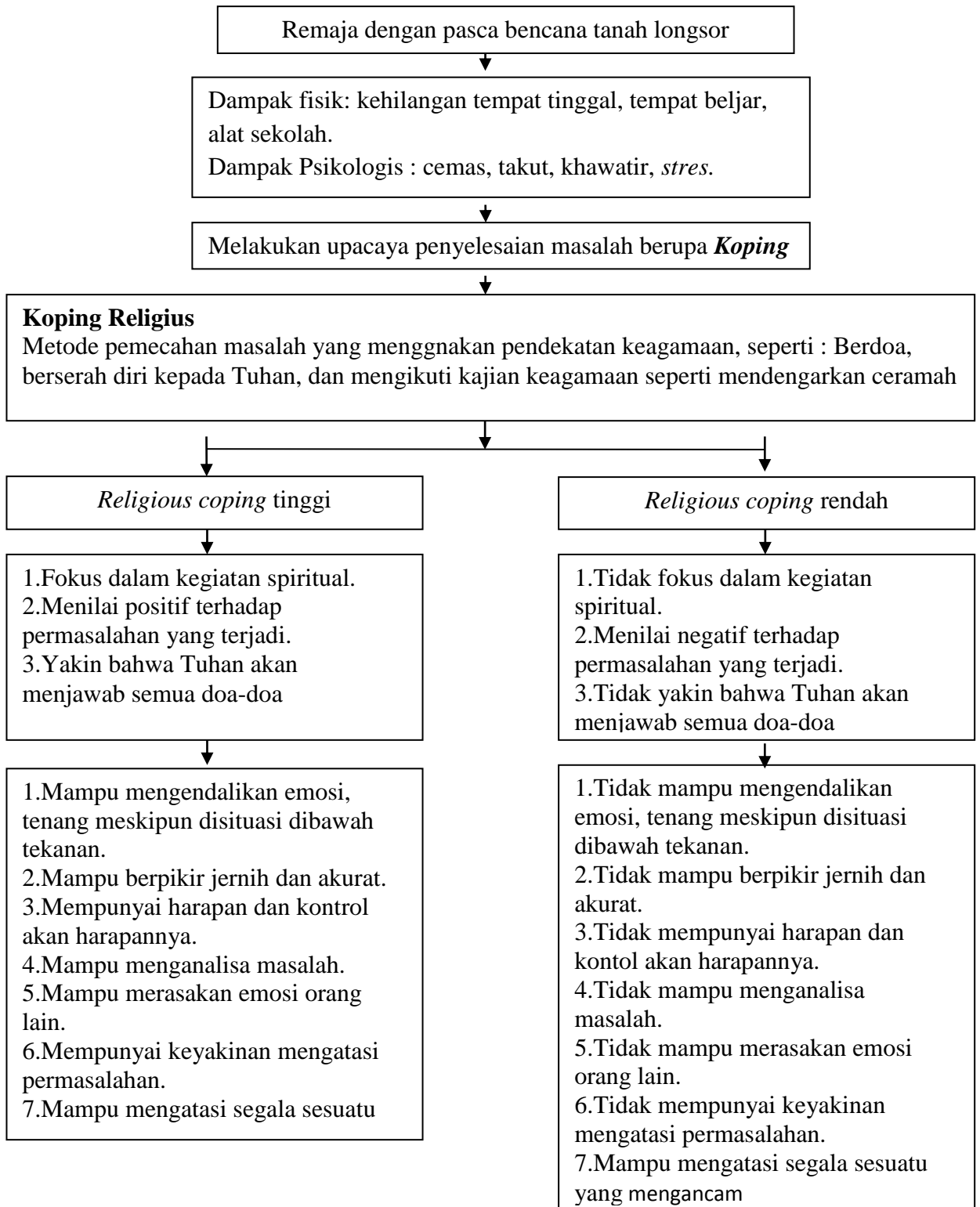
seperti harga diri, efikasi diri, kemampuan mengatasi masalah, regulasi emosi, dan optimis. Sedangkan *external protective factor* merupakan *protective factor* yang ber sumber dari luar individu, misalnya *support* dari keluarga dan lingkungan. Salah satu dari internal faktor adalah kemampuan dalam mengatasi masalah, dalam fenomena penelitian ini, kemampuan dalam mengatasi masalah berupa bagaimana cara remaja korban bencana dapat mengurangi stres yang mengakibatkan trauma saat bencana. Cara individu menghadapi stres yang diakibatkan oleh bencana, hal ini sering disebut sebagai *coping*,

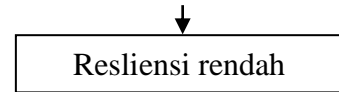
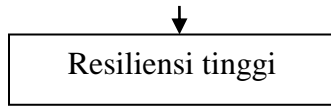
Folkman & Lazarus (1984) mengatakan bahwa *coping* merupakan sekumpulan pikiran dan perilaku yang dimiliki individu dalam menghadapi situasi yang menekan. Salah satu bentuk *coping* yang bisa dilakukan dalam meningkatkan resiliensi adalah *religious coping*, Pargament (1997) mengatakan bahwa *religious coping* adalah suatu upaya penyelesaian masalah dengan menggunakan pendekatan keagamaan seperti berdoa, berserah diri kepada Tuhan, mengikuti kegiatan keagamaan seperti mendengarkan ceramah serta memberikan dampak secara fisik maupun psikis serta berdamai dengan kejadian yang berbahaya yang menekan kehidupan seseorang.

*Religious coping* dibagi menjadi dua yakni *positive religious coping* dan *negative religious coping*. Menurut Aflakseir & Coleman (2011) tingginya *religious coping* mempunyai pengaruh dalam menurunkan kecemasan, rasa bersalah rasa takut sehingga mampu menurunkan tingginya stres seseorang dan juga mempengaruhi kehidupan seseorang untuk diubah menjadi hal yang positif sehingga korban akan memiliki rasa percaya diri untuk bangkit dari keterpurukan akibat bencana yang menimbulkan stres. Lain halnya dengan rendahnya *religious coping* yang akan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang menjadi kurang, sehingga merasa bahwa hidup mereka motivasi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Godze Ikizer pada tahun 2016 terhadap 360 orang korban bencana di Turki menunjukkan bahwa *religious coping* menjadi salah satu faktor yang berpengaruh dalam meningkatkan resiliensi pasca bencana. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Kimberly Norsis pada tahun 2017 yang menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mendorong kemampuan Korban dalam meningkatkan resiliensi di beberapa budaya yakni pendekatan religiusitas dan agama. Salhah Abdullah pada tahun 2015 juga melakukan penelitian terhadap 500 orang korban banjir yang juga menunjukkan bahwa *religious coping* memainkan peranan penting dalam mengatasi masalah stres akibat bencana. Dari uraian tersebut, dibuat kerangka berfikir sebagai berikut:



## Kerangka berpikir





### Hipotesa

Hipotesa dari penelitian ini adalah adanya hubungan antara *religious coping* terhadap resiliensi remaja korban bencana di Pacitan yang artinya semakin tinggi *religious coping* semakin tinggi pula resiliensi dan semakin rendah *religious coping* semakin rendah pula resiliensinya.

## METODE PENELITIAN

### Rancangan Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan *non-experimental* dengan menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional, yaitu untuk mengetahui hubungan antara *religious coping* dengan resiliensi pada remaja korban bencana Pacitan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang dapat digunakan jika memiliki permasalahan yang jelas dan didukung dengan teori yang sesuai dimana data dapat ditunjukkan dengan baik dan didukung hasil penelitian-penelitian sebelumnya (Sugiyono, 2012).

### Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja korban bencana di Pacitan dengan kriteria subjek yakni: remaja korban bencana yang kehilangan tempat tinggal/kehilangan anggota keluarga dan berusia 12-21 tahun serta beragama islam. Jumlah total subjek penelitian berjumlah 204. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sample dengan pertimbangan tertentu (Sugiono, 2014). Alasan menggunakan teknik *purposive sampling* karena tidak semua sample sesuai dengan yang peneliti tentukan, sample yang digunakan dalam penelitian ini memiliki kriteria tertentu.

### Variabel dan Instrumen Penelitian

Berdasarkan landasan teori serta rumusan hipotesis penelitian yang ada, terdapat dua variabel yang akan diteliti yaitu: variabel bebas adalah *religious coping* dan variabel terikat adalah resiliensi.

*Religious coping* adalah upaya penyelesaian masalah melalui pendekatan keyakinan agama seseorang sebagai cara untuk menyelesaikan masalah yang sedang terjadi seperti berdoa, berzikir dan mengikuti pengajian.

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit dan bertahan dalam menghadapi situasi yang tidak normal sehingga dapat keluar dari permasalahan dan tekanan secara lebih efektif serta mampu mengembangkan tujuan yang realistis.

Metode pengumpulan data untuk mengukur variabel bebas dan terikat menggunakan skala *likert*, yaitu digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel, kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan, (Sugiono,2012).

Metode pengumpulan data variabel *religious coping*, peneliti mengadaptasi alat ukur dari Fildzah (2017), yang disusun berdasarkan teori Aflakseir & Coleman (2011) disesuaikan dengan aspek yang ada pada teori *religious coping*. Aspek-aspek tersebut ialah: *religious practice*, *negative feeling toward God*, *benevolent reappraisal*, *passive religious coping*, *active religious coping*. Instrumen ini bernama skala IRCOPE (*Iran Religiousitas Coping*) yang berjumlah 19 item.

Sedangkan, untuk mengukur variabel resiliensi, peneliti mengadaptasi alat ukur dari Eka Aryani (2015), yang disusun berdasarkan teori Reivich & Shatte (2002). Skala tersebut berjumlah 40 item dengan tujuh aspek. Aspek-aspek tersebut ialah *Emotion regulation* (pengendalian emosi), *Impulse control* (pengendalian dorongan), *Optimism* (optimis), *Causal analysis* (analisis penyebab masalah), *Empathy* (empati), *Self efficacy* (efikasi diri), *Reaching out*.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner yang berupa skala Likert dengan empat pilihan jawaban antara lain: sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Kuesioner dibagi dalam dua kategori yaitu item *favorable* dan item *unfavorabel*.

Tabel 1. Indeks Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian

#### Koping Religius

Alat ukur	Jumlah item diujikan	Jumlah item valid	Indeks validitas
<i>Religious coping</i>	30	19	0,146-0,487

#### Resiliensi

Alat ukur	Jumlah item diujikan	Jumlah item valid	Indeks validitas
Resiliensi	44	40	0,142-0,616

### Indeks Reliabilitas Skala Penelitian

Alat Ukur	Koefisien Alpha
<i>Religious coping</i>	0,730
Resiliensi	0,874

Hasil uji reliabilitas pada skala *religious coping* memiliki nilai koefisien alpha sebesar 0,730, sedangkan nilai koefisien alpha pada skala resiliensi sebesar 0,874, sehingga dapat dilihat bahwa kedua skala memiliki indeks validitas dan nilai koefisien alpha yang baik.

### Prosedur dan Analisa data

Penelitian ini melalui tiga tahapan sebagai berikut:

Pada tahap persiapan peneliti mempersiapkan instrument penelitian yaitu skala *religious coping* dan resiliensi yang keduanya di adaptasi dan di modifikasi dari Fildzah (2017), yang disusun berdasarkan teori dari (Aflakseir & Coleman, 2011) dan Eka Ariyi (2015), yang disusun berdasarkan teori (Reivich & Shatte, 2002). Setelah tahap persiapan dilanjutkan pada tahap pelaksanaan, peneliti menyebarkan skala dan dilanjut dengan mencari reabilitas dan validitas dan mengurangi item yang tidak valid, tahap terakhir akan dilakukan analisa data dengan bantuan perhitungan *SPSS for windows Ver. 21* dengan teknik *product moment* yang digunakan untuk menganalisis hubungan antara dua variabel (Arikunto, 2010).

## HASIL PENELITIAN

### Diskripsi Subjek

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 204 remaja korban bencana di Pacitan dengan kriteria kehilangan tempat tinggal ataupun kehilangan keluarga. Subjek terdiri dari 78 remaja laki-laki dan 126 remaja perempuan yang berumur antara 12 – 21 tahun. Subjek sedang menempuh pendidikan SMP hingga SMA di beberapa kecamatan di Pacitan.

Tabel Korelasi *religious coping* dan resiliensi

Koefisien korelasi (r)	Indeks Analisa
Koefisien korelasi (r)	0.515
Koefisien determinasi ( $r^2$ )	0.265
Taraf kemungkinan kesalahan	1%
P (Nilai signifikan)	0.000

Berdasarkan tabel diatas didapatkan nilai koefisien korelasi yang didapatkan dari perhitungan SPSS, diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar 0.515 dengan nilai signifikan (p) sebesar  $0.000 < 0.01$  yang menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif antara *religious coping* dan resiliensi, pada taraf kesalahan sebesar 1%. Dari hasil penelitian ini, diperoleh juga koefisien determinasi variabel ( $r^2$ ) sebesar 0.265. adapun sumbangan efektif dari *religious coping* terhadap resiliensi adalah sebesar 26.5% dan sisanya sebesar 73.5%, dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian.

**Tabel 3. *Religious Coping* T-Skor**

Kategori	Frekuensi	Presentasi
Tinggi	112	54.9%
Rendah	92	45.1%
<b>Total</b>	<b>204</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil yaitu 112 subjek termasuk kedalam kategori *religious coping* tinggi yang apabila di presentasikan menjadi 54.9% yang berarti sisanya 45.1 atau 92 subjek termasuk kedalam kategori *religious coping* rendah dari total subjek yang digunakan sebanyak 204 subjek yang digunakan sebagai sampel.

Sedangkan hasil untuk perhitungan T-Skor skala resiliensi adalah sebagai berikut.

**Tabel 4. Resiliensi T-Skor**

Kategori	Frekuensi	Presentasi
Tinggi	107	52.5%
Rendah	97	47.5%
<b>Total</b>	<b>204</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil yaitu 107 subjek termasuk kedalam kategori resiliensi tinggi yang apabila di presentasikan menjadi 52.5 % yang berarti sisanya 47.5 % atau 97 subjek termasuk kedalam kategori resiliensi rendah dari total subjek yang digunakan sebanyak 204 subjek yang digunakan sebagai sampel.

## DISKUSI

Hasil dari penelitian ini membuktikan bahwa ada hubungan positif antara *religious coping* dan resiliensi pada remaja korban bencana di Pacitan, semakin tinggi tingkat *religious coping* maka semakin tinggi pula resiliensi yang dirasakan atau semakin rendah tingkat *religious coping* maka semakin rendah resiliensi. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan bahwa *religious coping* memiliki hubungan dengan resiliensi dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0.515 nilai signifikan (p) sebesar  $0.000 < 0.01$ .

Dari identifikasi diatas, diketahui banyak remaja yang mengalami resiliensi pasca bencana. Remaja dengan resiliensi tinggi ditunjukkan dengan kemampuannya dalam mengontrol dirinya, mampu menganalisa penyebab terjadinya bencana dan optimis serta yakin mampu keluar dari masalah yang timbul pasca bencana, sedangkan remaja dengan resiliensi rendah ditunjukkan dengan kurangnya kemampuan dalam mengontrol emosi sehingga selalu pesimis, sedih berkepanjangan hingga putus asa dan lambat dalam bangkit pasca bencana.

Hasil analisa data menunjukkan tingginya tingkat resiliensi yang dialami oleh remaja di dorong oleh faktor dari dalam dirinya yakni *religious coping*, adanya pendekatan pada diri remaja terhadap Tuhannya, yang dilakukan dengan sholat, dzikir, mendengarkan ceramah memberikan kontribusi yang baik dalam mendorong remaja untuk dapat dengan cepat bangkit pasca bencana. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Menurut Aflakseir & Coleman (2011) *religious coping* mempunyai pengaruh dalam menurunkan tingginya stres seseorang dan juga mempengaruhi kehidupan seseorang untuk dirubah menjadi hal yang positif sehingga dalam hal ini, remaja korban bencana yang memiliki *religious coping* tinggi akan memiliki rasa percaya diri untuk bangkit dari keterpurukan akibat bencana yang menimbulkan stres, sedih dan cemas

Pada analisa data yang sudah dilakukan oleh peneliti terlihat bahwa remaja dengan *religious coping* yang tinggi memiliki aspek *religious practice* dimana remaja tersebut melakukan kegiatan keagamaan berupa sholat dan berdoa, Salat lima waktu sehari memberikan sebaik-baik cara dalam latihan dan belajar relaksasi. Ketika seseorang belajar relaksasi, biasanya ia mampu melepaskan diri dari tekanan saraf yang ditimbulkan oleh tekanan dan kecemasan hidup. Menurut Adi (Haryanto, 2007) semakin rajin seseorang melakukan salat, maka semakin rendah tingkat kecemasannya. Hal ini menunjukkan bahwa salat mampu mereduksi sensitivitas ketenangan dalam pikiran. Saat remaja mampu mengontrol emosi yang dirasakan pasca bencana sehingga remaja tersebut bisa tenang maka remaja tersebut akan tinggi tingkat resiliensinya

Remaja dengan *religious coping* yang tinggi memiliki aspek *benevolent reappraisal* yang artinya remaja tersebut menilai kembali masalah yang diberikan oleh Tuhan dengan penuh pertimbangan positif, remaja tersebut mampu menganalisa maksud adanya bencana tersebut yang mampu membuatnya menjadi pribadi yang lebih baik, seperti hanya wawancara yang dilakukan dengan salah satu remaja yang memiliki skor tertinggi religiusitas dan resiliensinya, ia menyatakan bahwa bencana yang telah terjadi tersebut menandakan bahwa ia memiliki iman yang lemah sehingga dengan adanya bencana tersebut ia mengartikan bahwa Tuhan ingin lebih dekat lagi dengannya dan bencana tersebut membuatnya meningkatkan keimanannya terhadap Tuhannya. Kemampuan ia dalam menganalisa penyebab dari masalah tersebut mampu membuatnya memiliki resiliensi yang tinggi.

*Religious coping* juga memiliki aspek *active religious coping* dimana remaja berdoa dan meyakini bahwa Tuhan menjawab semua doanya serta berusaha untuk mencari jalan keluar dengan kegiatan positif, remaja tersebut juga memiliki keyakinan bahwa kegiatan positif yang dilakukan dalam menghadapi masalah merupakan sebuah bantuan yang diberikan oleh Tuhan. Kemampuan remaja tersebut dalam menghadapi masalah serta keyakinan individu dalam mengatasi masalah mampu membuat tingkat resiliensi remaja korban bencana menjadi tinggi.

Peneliti melakukan wawancara guna memperkuat hasil analisa data berdasarkan penyebaran skala, hasil wawancara terhadap beberapa sample subjek dengan resiliensi dan *religious coping* tinggi menyebutkan dorongan untuk bangkit lebih besar berasal dari diri sendiri dari pada orang tuanya. Dalam lingkungan sosial, remaja dianggap mampu menyelesaikan permasalahannya sendiri hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh subjek N bahwa ia harus mampu mengelola perasaannya sendiri karena orang tuanya lebih fokus membantu adeknya yang berusia 5 tahun seperti menghibur dan memberi penjelasan. Subjek L menjelaskan bahwa pendekatan *religious coping* adalah pendekatan yang bisa ia lakukan secara mandiri didorong dengan keyakinan terhadap Tuhannya sehingga ia mampu menghilangkan rasa cemas, khawatir, sedih kehilangan serta dampak psikologis lainnya, dengan memperbaiki kualitas ibadah seperti sholat mampu membuat mereka merasa tenang, adanya kajian berupa doa bersama serta fiqih bencana yang dilakukan di sekolah-sekolah mereka juga membuat mereka merasa bahwa masalah bencana tersebut mampu ia lewati

Adanya hubungan antara *religious coping* dengan resiliensi sesuai dengan beberapa penelitian. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Godze Ikizer pada tahun 2016 terhadap 360 orang korban bencana di Turki menunjukkan bahwa *religious coping* menjadi salah satu faktor yang berpengaruh dalam meningkatkan resiliensi pasca bencana. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Kimberly Norsis pada tahun 2017 yang menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mendorong kemampuan Korban dalam meningkatkan resiliensi di beberapa budaya yakni pendekatan religiusitas dan agama. Salhah Abdullah pada tahun 2015 juga melakukan penelitian terhadap 500 orang korban banjir yang juga menunjukkan bahwa *religious coping* memainkan peranan penting dalam mengatasi masalah stres akibat bencana.

Hasil penelitian menunjukkan *religious coping* memiliki nilai koefisien ( $r^2$ ) sebesar 0.265, yang menunjukkan variabel *religious coping* memberikan kontribusi 26,5 % terhadap kondisi resiliensi yang berarti terdapat variabel lain sebesar 73,5% yang menjadi penyebab resiliensi. sesuai dengan McCubbin (2001) menyatakan terdapat dua faktor yang mempengaruhi resiliensi individu yaitu *internal protective factor* dan *external protective factor*. *Religious coping* merupakan salah satu faktor dari *Internal protective factor* yang artinya bersumber dari diri individu. 73,5% lainnya yang mempengaruhi resiliensi bisa bersumber dari *external protective factor* yakni yang bersumber dari luar dirinya, seperti lingkungan sosial dan lingkungan keluarga,

hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Heppi (2018) pada remaja korban bencana di pacitan yang menunjukkan bahwa faktor dukungan sosial teman sebaya memberikan kontribusi dalam meningkatkan resiliensi korban bencana.

Faktor lain yang memberikan kontribusi dalam meningkatkan resiliensi berdasarkan hasil wawancara terhadap subjek M menjelaskan bahwa semangatnya untuk bangkit dari bencana muncul saat pemerintah memberikan bantuan berupa pendirian rumah sehingga ia merasa masih mempunyai harapan untuk mewujudkan mimpi-mimpinya, adapun subjek W menyebutkan semangatnya muncul kembali untuk bangkit saat mendapatkan motivasi sosial dari relawan psikososial sehingga ia masih mempunyai harapan dalam mewujudkan mimpinya.

### **SIMPULAN DAN IMPLIKASI**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa hipotesa diterima. Jadi semakin tinggi *religious coping* maka semakin tinggi pula resiliensi pada remaja korban bencana, atau sebaliknya semakin rendah *religious coping* maka semakin rendah pula resiliensinya. Terdapat beberapa implikasi dan kekurangan dalam penelitian ini, adapun kekurangan dalam penelitian yakni adanya 1 item bias yang bisa diterjemahkan baik favorable maupun unfavorable dalam skala *religious coping*. Adapun beberapa implikasi dalam penelitian ini adalah untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan beberapa hal : 1) dilakukan penelitian lanjutan untuk mengukur resiliensi dengan variable lain, seperti emosi positif dan emosi negatif. 3) perlu juga dilakukan penelitian lanjutan untuk melihat apakah resiliensi dapat dipengaruhi jenis kelamin dan tipe kepribadian. Implikasi untuk komunitas sosial yang membantu 1) lebih variatif dalam memberikan metode pendekatan *religious coping* misal dikemas dalam intervensi psikologis lainnya. Implimentasi untuk remaja : 1) meluangkan waktu untuk mendekatkan diri kepada Allah. 2) mampu terus mengontrol emosi dalam diri hingga dapat menjaga emosi – emosi positif seperti terus optimis, mempunyai keyakinan yang baik sehingga bisa bangkit dan meraih impiannya.



## Daftar Pustaka

- Abdullah, S. (2015) Stres An Religious Coping Among Flod Victims In Malaysia. *WEI International Academic Conference Proceedings*, 79-87
- Aflakseir, A., & Coleman, P. G. (2011).Initial development of the Iranian religious coping scale.*Journal of Muslim Mental Health*.Vol,4.44-59
- Ayu, E. (2015) Korelasi Antara Keterampilan Sosial Dengan Resiliensi Pada Siswa Pasca Bencana Lahar Dingin Merapi. Thesis
- Dai, W .(2016) Association Between Social Support And Recovery From Post Traumaticstress Disorder After Flood : A 13-14 Years Follow Up Study In Hinan, China.
- Eka, S. (2014) Hubungan Antara Resiliensi Dengan Simtom Postraumate Stress Disorder (PTSD) Pada Narapidana Wanita Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi Inquiry*. Vol 6, 58-66
- Faden, I. (2013) Coping And PTSD Symtoms In Pakistani Earthque Survivors : Purpose Life, Religius Coping And Social,147(1-3):156-63
- Fildzah, S. N. (2017) Pengaruh Koping Religius Tetrhadaap Stres Menantu Perempuan Yang Tinggal Bersama Ibu Mertua. Skripsi
- Haryanto, S. (2007). Terapi religius psikologi sholat kajian aspek-aspek psikologis ibadah shalat (Ed.revisi). Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Ikizer, G. (2016). *Exploring Factor Associated With Psychological Resilience Among Earthque Survivor Turqie*. *Journal Of Clinical Psychology*.21,384-398
- Goldstein, S. dan Brooks B. R. (2005) Handbook of Resillience in Childern New York, USA: Springer Science and Bussuness Media, Inc.

- Lazarus, L.A. & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. New York: Springer.
- Lopez-Ibor, J.J. 2005. What is Disaster?. Dalam: *Disasters and Mental Health*.
- McCubbin, L. (2001). Challenge to The Definition of Resilience. Paper presented at The Annual Meeting of the American Psychological Association in San Francisco.
- Norris, K. (2017). *Clinical Implications of Cultural Differences in Factor Influence Resilience Following Natural Disasters*. *Journal Of Clinical Psychology*. 35,1
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping*. New York: The Guilford Press.
- Pargament, K.I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the rCOPE. *Journal Of Clinical Psychology*.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor*. New York: Broad Way Books..
- Santrock, John W. 2012. *Life-span Development*. 13 th Edition. University of Texas, Dallas : Mc Graw-Hill
- Siebert, A. (2005). *The Resiliency Advantage*. San Francisco : Bk Life Book.
- Sipon, S. (2013) Stress And Religious Coping Among Flood Victims. *Journal Social And Behavior Science*. 27-29
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Thomas, E. (2014). Relationships Between Traumatic Event, Religious Coping Style And Posttraumatic Outcome. *Traumatology*. 20(2),84-90
- Tugade, M. M. & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individual use positive emotion to bounce back from negative emotion experiences. *Journal of personality and social psychology*, 86, 320-333.
- Van Kessel, G. (2015). *The Process of Rebuilding Human Resilience in The Face of The Experience of a Natural Disaster*. *Journal Of Clinical Psychology*.

- Vijayakumar, L., Thara R., John, S., Chelleppa, S. (2006). Psychological Interventions after Tsunami in Tamil Nadu, India. *International Review of Psychiatry*, 18(3), 225-231.
- Wong-McDonald, A. W., & Gorsuch, R. L. (2000). Surrender to god: An additional coping style. *Journal of Psychologyan Theology*. Vol 28
- Wong, P. T. P., & Wong, L. C. J. (2006). *Handbook of multicultural perspectives on stress and coping*. New York: Springer Science+Business Media, Inc.

## Lampiran I

### Skala dan Blueprint

Skala Turun lapang *Try Out* Terpakai *Religious Coping*



**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**  
**MALANG**

Kampus III: Jalan Raya Tlogomas No. 246, Malang –  
Jawa Timur 65144

---

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dengan hormat,

Saya Qoriyna Fidinillah mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang angkatan 2014 sedang melakukan penelitian guna memperoleh gelar sarjana. Disini saya memohon bantuan dan kesediaan Saudara/i untuk mengisi kuesioner yang telah disediakan.

Dalam pengisian kuisisioner ini tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban yang berikan adalah benar. Semua jawaban dan identitas Saudara/i akan dijaga kerahasiaanya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian saja. Oleh karena itu, saya mengharapkan Saudara/i bersedia memberikan jawaban Saudara/i sendiri dengan sejujurnya

Bantuan Saudara/i dalam menjawab penelitan ini merupakan bantuan yang berarti bagi saya. Atas kerjasama Saudara/i, saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Hormat saya

**PETUNJUK PENGISIAN**

Saudara/i diharapkan menjawab setiap pernyataan dalam kuesioner ini dengan keadaan, pikiran, dan perasaan Saudara/i yang sebenarnya dengan memilih :

**SS = Sangat Setuju**

**S = Setuju**

**TS = Tidak Setuju**

**STS = Sangat Tidak Setuju**

Berikan tanda centang (✓) pada kolom jawaban yang Saudara/i anggap sesuai dengan diri Saudara/i.

**Contoh:**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya melakukan olahraga setiap hari	✓			

**NB:**

Jika Saudara/i ingin mengganti jawaban, Saudara/i cukup memberikan tanda sama dengan (=) pada tanda centang.

### **IDENTITAS DIRI**

Nama / Inisial :

Alamat :

Usia :

Jenis Kelamin :

No hp :

Berilah lingkaran pada jawaban yang sesuai dengan keadaan saudara/i.

Apakah bencana yang menimpa saudara/i ?

- a) Banjir
- b) Tanah Longsor
- c) Banjir dan Tanah longsor

Apakah dampak yang saudara/i alami ?

- a) Kehilangan Rumah/ kerusakan rumah
- b) Kehilangan keluarga/ kerabat
- c) Dll (.....)

Kuesioner 1

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Kondisi yang saya alami saat ini adalah bagian dari rencana Tuhan				
2	Saya mencari kenyamanan dan bimbingan dengan membaca Al-Qur'an				
3	Saya menyadari bahwa tidak semua doa-doa saya dijawab				
4	Saya tidak berbuat banyak, saya hanya mengharapkan Tuhan untuk memecahkan masalah yang saya hadapi				
5	Saya mencoba untuk melakukan apa yang saya bisa dan meminta Tuhan untuk menatanya				
6	Saya berusaha untuk bersabar karena saya tahu bahwa Tuhan bersama orang-orang sabar dan tekun				
7	Saya mengikuti ajaran-ajaran nabi dan pemuka agama				
8	Saya merasa bahwa Tuhan tidak mendengarkan saya				
9	Saya ditakdirkan oleh Tuhan untuk berada dalam situasi ini, dan saya tidak mencoba untuk mengubahnya				
10	Saya mencari ketenangan dengan mengingat Tuhan				
11	Saya melihat kondisi hidup saya sebagai ujian yang diberikan oleh Tuhan				
12	Saya melakukan apa yang saya bisa, sisanya saya akan menyerahkan kepada Tuhan				
13	Saya mencari bantuan dalam menyelesaikan masalah dengan sholat				

14	Cobaan yang saya alami merupakan penghapus dosa-dosa yang telah saya perbuat sebelumnya				
15	Saya akan menghadiri pengajian ketika saya merasa kesal dengan cobaan yang ada pada hidup saya				
16	Saya kecewa kepada Tuhan karena membiarkan masalah ini terjadi dalam hidup saya				
17	Cobaan dan kesulitan yang saya alami menguatkan iman saya				
18	Saya merasa kurang puas dengan membaca Al-Qur'an				
19	Saya merasakan ketenangan ketika bersama teman-teman				
20	Bagi saya sholat bukan merupakan jalan untuk membantu saya dalam menyelesaikan masalah				
21	Saya cenderung diam dan mengurung diri dirumah ketika saya merasa kesal dengan cobaan yang ada pada hidup saya				
22	Permasalahan yang saya alami merupakan bentuk kasih sayang Allah				
23	Saya yakin bahwa Allah akan memberikan kebahagiaan dibalik permasalahan yang saya alami				
24	Bagi saya sabar bukan solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang saya hadapi				
25	Permasalahan yang saya hadapi membuat saya semakin stres				
26	Selain mengharapkan Tuhan dalam membantu menyelesaikan masalah, saya juga berusaha untuk mencari jalan keluar dengan kegiatan-kegiatan positif				
27	Saya memiliki banyak jalan keluar dalam menghadapi persoalan hidup yang saya alami				
28	Usaha-usaha yang dapat saya lakukan untuk menghadapi permasalahan, merupakan sebuah bantuan yang diberikan oleh Allah				
29	Tuhan tidak akan mengubah takdir saya				
30	Ketika saya tidak memiliki rasa yakin, Tuhan tidak akan menjawab doa-doa saya				

## Kuesioner 2

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya berusaha tenang agar dapat menyelamatkan diri dari				



	situasi bencana lahar dingin				
2	Saya tetap tenang walaupun sedang berada dalam wilayah rawan bencana lahar dingin				
3	Saya mampu mengatasi perasaan sedih, panik, dan putus asa yang disebabkan bencana lahar dingin				
4	Saya mampu mengontrol emosi dalam situasi bencana lahar dingin				
5	Hidup saya tidak nyaman karena takut bencana lahar dingin kembali datang				
6	Bencana lahar dingin yang lalu membuat hidup saya cemas				
7	Saya larut dalam kesedihan dengan waktu yang lama karena saya berada di daerah rawan bencana				
8	Saya ketakutan jika teringat bencana lahar dingin yang pernah saya alami				
9	Saya cepat kembali melakukan aktivitas sehari-hari setelah terjadi bencana lahar dingin				
10	Saya tahu apa yang harus saya lakukan ketika terjadi bencana lahar dingin				
11	Pikiran saya kacau setelah bencana lahar dingin datang				
12	Saya ikhlas menerima bencana yang terjadi				
13	Saya merasa ragu dengan kekuasaan Tuhan yang menyebabkan bencana lahar dingin ini bisa terjadi				
14	Tuhan tidak adil memberikan bencana ini pada saya				
15	Saya bisa memahami ketika teman saya sangat terpukul saat bencana lahar dingin menghancurkan harta bendanya				
16	Saya cepat pulih dari kesedihan yang disebabkan oleh bencana lahar dingin				
17	Saya mampu menjalani kehidupan seperti biasanya setelah bencana lahar dingin				
18	Saya merasa putus asa setelah bencana lahar dingin itu datang menimpa saya				
19	Semangat saya mengendur setelah mengalami bencana lahar dingin				
20	Bencana lahar dingin yang lalu membuat saya lemah tak berdaya				
21	Apapun kondisi / permasalahan yang saya hadapi saya mampu berusaha yang terbaik				
22	Saya takut menghadapi hari esok setelah mengalami bencana lahar dingin				
23	Saya memahami bahwa setiap bencana adalah takdir dari Tuhan				
24	Saya mampu bertindak cepat dalam situasi bencana				
25	Saya membantu korban bencana lahar dingin karena saya ikut				

	sedih orang lain menderita				
26	Bencana lahar dingin membuat saya kurang peka terhadap masalah yang saya hadapi				
27	Bencana lahar dingin membuat saya lemah dalam membuat keputusan				
28	Bencana lahar dingin menyadarkan saya akan pentingnya membantu sesama				
29	Saya percaya bahwa saya orang yang kuat dalam menghadapi bencana				
30	Hidup saya tidak tenang jika tetap tinggal di daerah rawan bencana				
31	Saya ragu apakah saya bisa selamat jika terjadi bencana lahar dingin kembali				
32	Saya pura-pura bersimpati pada orang lain				
33	Saya berani melawan rasa takut saat terjadi bencana lahar dingin				
34	Saya bangga terhadap kemampuan saya untuk kembali bangkit dari keterpurukan akibat bencana				
35	Saya berusaha kuat untuk mencapai tujuan saya meskipun setelah terjadi bencana lahar dingin				
36	Saya berharap bisa tetap tegar jika suatu saat bencana lahar dingin itu datang lagi mengingat saya berada pada daerah rawan bencana				
37	Saya patah semangat meraih masa depan setelah terkena bencana lahar dingin				
38	Bencana lahar dingin membuat harapan saya hilang untuk mencapai tujuan saya				
39	Terjadinya bencana lahar dingin membuat saya jauh dari masa depan				
40	Saya yakin bisa mewujudkan cita-cita saya walaupun saya terkena dampak bencana lahar dingin				
41	Saya tidak peduli orang lain menderita				
42	Saya bisa merasakan apa yang dialami orang lain ketika dihadapkan pada cobaan				
43	Saya cuek jika orang lain terkena bencana, yang penting saya dan keluarga saya selamat				
44	Bencana lahar dingin membuat saya lambat dalam berfikir				

^terimakasih^

## Blueprint

**Qoriyna Fidinillah**

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

[qfidinillah12@gmail.com](mailto:qfidinillah12@gmail.com)

### **SKALA RELIGIOUS COPING**

Disusun berdasarkan 5 aspek menurut Aflakseir & Coleman (2011)

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	Item
1.	<i>Religious practice</i> Dimana perilaku dan tindakan keagamaan dilakukan seperti sholat dan berdoa dan selalu mendekatkan diri pada Tuhan	<p>2. <i>Sought comfort and guidance by reading the Qur'an</i> Saya mencari kenyamanan dan bimbingan dengan membaca Alqur'an</p> <p>7. <i>Appealed to Prophets and Imams</i> Saya mengikuti ajaran-ajaran Nabi dan Pemuka Agama</p> <p>10. <i>Sought tranquillity by remembrance of God</i> Saya mencari ketenangan dengan mengingat Tuhan</p> <p>13. <i>Sought help with prayer</i> Saya mencari bantuan</p>	<p>18. Saya merasa kurang puas dengan membaca Al Qur'an</p> <p>19. Saya merasakan ketenangan ketika bersama teman-teman</p> <p>20. Bagi saya sholat bukan merupakan jalan untuk membantu saya dalam menyelesaikan masalah</p> <p>21. Saya cenderung diam dan mengurung diri dirumah ketika saya merasa kesal dengan cobaan yang ada pada hidup saya</p>	9

		dalam menyelesaikan masalah dengan sholat 15. <i>Attended pilgrimage when i felt upset</i> Saya akan menghadiri pengajian ketika saya merasa kesal dengan cobaan yang ada pada hidup saya		
2.	<i>Negative feeling toward God</i> Dimana individu memiliki prasangka negatif terhadap Tuhan akan masalah yang dialami	22. Permasalahan yang saya alami merupakan bentuk kasih sayang Allah 23. Saya yakin bahwa Allah akan memberikan kebahagiaan dibalik permasalahan yang saya alami	3. <i>Realized that God cannot answer all of my prayers</i> Saya menyadari bahwa tidak semua doa-doa saya dijawab 8. <i>Felt God had forgotten me</i> Saya merasa bahwa Tuhan tidak mendengarkan saya 16. <i>I expressed anger at God for letting this problem happened</i> Saya kecewa kepada Tuhan karena membiarkan masalah ini terjadi dalam hidup saya	5
3.	<i>Benevolent reappraisal</i> Merupakan penilaian kembali pada masalah yang diberikan oleh Tuhan dengan penuh pertimbangan positif	1. <i>Saw my situation as God will</i> Kondisi yang saya alami saat ini adalah bagian dari rencana Tuhan 11. <i>Viewed my situation as a trial from God</i> Saya melihat kondisi hidup saya sebagai ujian yang diberikan oleh Tuhan  6. <i>Sought patience because God is with those who patiently</i>	24. Bagi saya sabar bukan solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang saya hadapi 25. Permasalahan yang saya hadapi membuat saya semakin stress	7

		<p><i>persevere</i>  Saya berusaha untuk bersabar karena saya tahu bahwa Tuhan bersama orang-orang sabar dan tekun  14. <i>My suffering was purification of my sins</i>  Cobaan yang saya alami merupakan penghapus dosa-dosayang telah saya perbuat sebelumnya  17. <i>Suffering and difficulties strenghtened my faith</i>  Cobaan dan kesulitan yang saya alami menguatkan iman saya</p>		
4.	<p><i>Passive religious coping</i>  Dimana seseorang hanya bergantung pada Tuhan dan menunggu bantuan Tuhan dalam menghadapi persoalan hidup</p>	<p>26. Selain mengharapkan Tuhan dalam membantu menyelesaikan masalah, saya juga berusaha untuk mencari jalan keluar dengan kegiatan-kegiatan positif lain  27. Saya memiliki banyak jalan keluar dalam menghadapi persoalan hidup yang saya alami  28. Usaha-usaha yang dapat sayalakukan untuk menghadapi permasalahan, merupakan sebuah bantuan yang diberikan oleh Allah</p>	<p>4. <i>Didn't do much, just expected God to solve my problems for me</i>  Saya tidak berbuat banyak, saya hanya mengharapkan Tuhan untuk memecahkan masalah yang saya hadapi  9. <i>Was destined to have this situation, so I didn't try to change it</i>  Saya ditakdirkan oleh Tuhan untuk berada dalam situasi ini, dan saya tidak mencoba untuk mengubahnya</p>	5
5.	<p><i>Active religious coping</i>  Seseorang berdoa dan yakin bahwa Tuhan akan menjawab semua</p>	<p>5. <i>Did everything I could, then I asked God to sort out it him self</i>  Saya mencoba untuk melakukan apa yang saya bisa dan saya</p>	<p>29. Tuhan tidak akan mengubah takdir saya  30. Ketika saya tidak memiliki rasa yakin, Allah tidak menjawab doa-doa saya</p>	4

	doa-doanya	meminta Tuhan untuk menatannya 12. <i>Did what I could and turned the rest over to God</i> Saya melakukan apa yang saya bisa, sisanya saya akan menyerahkan kepada Tuhan		
--	------------	--	--	--

#### Blue Print Resiliensi

No.	Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
1.	Regulasi Emosi	Mengatur emosi	13, 4, 9	7, 8	9
		Tetap tenang di bawah tekanan	1, 2	5, 6	
2.	Kontrol terhadap impuls	Kemampuan berpikir jernih dan akurat	10, 12	11, 13, 14	5
3.	Optimis	Harapan dan kepercayaan untuk kembali pada kondisi normal pasca bencana	16, 17, 36	18, 19, 20, 22	7
4.	Analisa penyebab masalah	Mengidentifikasi sebab-sebab dari permasalahannya secara akurat	23, 24	26, 21	4
5.	Empati	Kemampuan memahami dan merasakan perasaan orang lain serta dapat menempatkan diri pada posisi orang lain	15, 25, 28, 42	32, 41, 43	7
6.	Efikasi diri	Keyakinan diri untuk bangkit	29, 34	30, 31	6
		Kekuatan individu	21	44	

		mengatasi masalah			
7.	Kemampuan meraih apa yang diinginkan	Keberanian mengatasi segala ketakutan yang mengancam dalam kehidupannya	33	39	6
		Semangat menggapai tujuan dan cita-cita	35, 40	37, 38	

Setelah uji Validasi

Blue Print setelah uji Validitas

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	Item gugur	Total Sisa item
1.	<i>Religious practice</i> Dimana perilaku dan tindakan keagamaan dilakukan seperti sholat dan berdoa dan selalu mendekatkan diri pada Tuhan	<p>3. <i>Sought comfort and guidance by reading the Qur'an</i> Saya mencari kenyamanan dan bimbingan dengan membaca Alqur'an</p> <p>7. <i>Appealed to Prophets and Imams</i> Saya mengikuti ajaran-ajaran Nabi dan Pemuka Agama</p> <p>10. <i>Sought tranquillity by remembrance of</i></p>	<p>18. Saya merasa kurang puas dengan membaca Al Qur'an</p> <p>19. Saya merasakan ketenangan ketika bersama teman-teman</p> <p>20. Bagi saya sholat bukan merupakan jalan untuk membantu saya dalam menyelesaikan masalah</p> <p>21. Saya cenderung diam dan</p>	15,19	7

		<p><i>God</i></p> <p>Saya mencari ketenangan dengan mengingat Tuhan</p> <p>13.<i>Sought help with prayer</i></p> <p>Saya mencari bantuan dalam menyelesaikan masalah dengan sholat</p> <p>15.<i>Attended pilgrimage when i felt upset</i></p> <p>Saya akan menghadiri pengajian ketika saya merasa kesal dengan cobaan yang ada pada hidup saya</p>	<p>mengurung diri dirumah ketika saya merasa kesal dengan cobaan yang ada pada hidup saya</p>		
2.	<p><i>Negative feeling toward God</i></p> <p>Dimana individu memiliki prasangka negatif terhadap Tuhan akan</p>	<p>22.Permasalahan yang saya alami merupakan bentuk kasih sayang Allah</p> <p>23.Saya yakin bahwa Allah akan memberikan kebahagiaan</p>	<p>3. <i>Realized that God cannot answer all of my prayers</i></p> <p>Saya menyadari bahwa tidak semua doa-doa saya dijawab</p>	3,22	3



	masalah yang dialami	dibalik permasalahan yang saya alami	<p>8. <i>Felt God had forgotten me</i></p> <p>Saya merasa bahwa Tuhan tidak mendengarkan saya</p> <p>16. <i>I expressed anger at God for letting this problem happened</i></p> <p>Saya kecewa kepada Tuhan karena membiarkan masalah ini terjadi dalam hidup saya</p>		
3.	<p><i>Benevolent reappraisal</i></p> <p>Merupakan penilaian kembali pada masalah yang diberikan oleh Tuhan dengan penuh pertimbangan</p>	<p>2. <i>Saw my situation as God will</i></p> <p>Kondisi yang saya alami saat ini adalah bagian dari rencana Tuhan</p> <p>11. <i>Viewed my situation as a trial from God</i></p> <p>Saya melihat</p>	<p>24. Bagi saya sabar bukan solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang saya hadapi</p> <p>25. Permasalahan yang saya hadapi membuat saya semakin stress</p>	11,14	5

	positif	<p>kondisi hidup saya sebagai ujian yang diberikan oleh Tuhan</p> <p>6. <i>Sought patience because God is with those who patiently persevere</i></p> <p>Saya berusaha untuk bersabar karena saya tahu bahwa Tuhan bersama orang-orang sabar dan tekun</p> <p>14. <i>My suffering was purification of my sins</i></p> <p>Cobaan yang saya alami merupakan penghapus dosa-dosa yang telah saya perbuat sebelumnya</p> <p>17. <i>Suffering and difficulties strenghtened my faith</i></p> <p>Cobaan dan</p>			
--	---------	--	--	--	--

		kesulitan yang saya alami menguatkan iman saya			
4.	<i>Passive religious coping</i> Dimana seseorang hanya bergantung pada Tuhan dan menunggu bantuan Tuhan dalam menghadapi persoalan hidup	26.Selain mengharapkan Tuhan dalam membantu menyelesaikan masalah, saya juga berusaha untuk mencari jalan keluar dengan kegiatan-kegiatan positif lain 27.Saya memiliki banyak jalan keluar dalam menghadapi persoalan hidup yang saya alami 28.Usaha-usaha yang dapat saya lakukan untuk menghadapi permasalahan, merupakan sebuah bantuan yang diberikan oleh Allah	4. <i>Didn't do much, just expected God to solve my problems for me</i> Saya tidak berbuat banyak, saya hanya mengharapkan Tuhan untuk memecahkan masalah yang saya hadapi 9. <i>Was destined to have this situation, so I didn't try to change it</i> Saya ditakdirkan oleh Tuhan untuk berada dalam situasi ini, dan saya tidak mencoba untuk mengubahnya	4,9,27	2
5.	<i>Active religious</i>	5. <i>Did everything I</i>	29.Tuhan tidak	29,30	2

	<p><i> coping</i></p> <p>Seseorang berdoa dan yakin bahwa Tuhan akan menjawab semua doa-doanya</p>	<p><i> could, then I asked God to sort out it him self</i></p> <p>Saya mencoba untuk melakukan apa yang saya bisa dan saya meminta Tuhan untukmenatanya</p> <p>12.<i>Did what I could and turned the rest over to God</i></p> <p>Saya melakukan apa yang saya bisa, sisanya saya akan menyerahkan kepada Tuhan</p>	<p>akan mengubah takdir saya</p> <p>30.Ketika saya tidak memiliki rasa yakin, Allah tidak menjawab doa-doa saya</p>		
--	--	--	---	--	--

Blue print resiliensi setelah di uji validasi

No.	Aspek	Indikator	F	UF	gugur	sis
1.	Regulasi Emosi	Mengatur emosi	13, 4, 9	7, 8	No 2	8 item
		Tetap tenang di bawah tekanan	1,2	5, 6		
2.	Kontrol terhadap impuls	Kemampuan berpikir jernih dan akurat	10, 12	11, 13, 14	-	5 item
3.	Optimis	Harapan dan kepercayaan untuk kembali pada kondisi normal pasca bencana	16, 17, 36	18, 19, 20, 22	-	7 item
4.	Analisa penyebab masalah	Mengidentifikasi sebab-sebab dari permasalahannya secara akurat	23, 24	26, 21	-	4 item
5.	Empati	Kemampuan memahami dan merasakan perasaan orang lain serta dapat menempatkan diri pada posisi orang lain	15, 25, 28, 42	32,41, 43	No 42	6 item
6.	Efikasi diri	Keyakinan diri untuk bangkit	29, 34	30, 31	No 29	5 item
		Kekuatan	21	44		

		individu mengatasi masalah				
7.	Kemampuan meraih apa yang diinginkan	Keberanian mengatasi segala ketakutan yang mengancam dalam kehidupannya	33	39	No 39	5 item
		Semangat menggapai tujuan dan cita-cita	35, 40	37, 38		

## Lampiran II

### Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

I. Uji validitas *religious coping*

Uji ke 1

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,583	30

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	92,96	30,363	,195	,574
item2	93,00	30,384	,179	,575
item3	94,54	31,718	-,092	,606
item4	94,78	31,542	-,086	,613
item5	93,29	29,578	,212	,569
item6	92,86	29,955	,321	,566
item7	93,07	29,448	,306	,562
item8	93,10	28,694	,375	,553
item9	94,18	29,407	,122	,582
item10	93,04	29,835	,243	,568
item11	93,24	30,614	,072	,584
item12	93,30	29,572	,214	,569
item13	93,15	30,225	,157	,576
item14	93,44	30,139	,151	,576
item15	93,99	31,369	-,055	,603
item16	92,97	29,733	,248	,567

item17	93,20	28,966	,352	,556
item18	93,50	29,148	,196	,571
item19	94,71	31,164	-,031	,600
item20	93,11	28,373	,316	,555
item21	93,54	29,038	,233	,566
item22	93,18	30,021	,152	,576
item23	92,95	29,411	,326	,561
item24	93,36	27,996	,375	,548
item25	93,44	29,026	,276	,562
item26	93,07	30,128	,198	,572
item27	93,66	30,936	,054	,585
item28	93,20	29,009	,382	,555
item29	94,01	28,985	,141	,581
item30	94,21	31,386	-,061	,605

Uji ke 2

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,697	23

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	75,24	27,954	,172	,694
item2	75,27	27,629	,229	,690
item5	75,57	26,739	,265	,687
item6	75,13	27,485	,314	,686
item7	75,35	26,878	,323	,683
item8	75,38	26,138	,393	,676
item9	76,45	27,175	,094	,710
item10	75,32	27,203	,268	,687
item12	75,58	26,679	,275	,686
item13	75,42	27,546	,185	,693
item14	75,71	27,891	,109	,699
item16	75,25	27,250	,246	,689



item17	75,47	26,270	,393	,677
item18	75,78	26,301	,241	,690
item20	75,38	25,794	,335	,680
item21	75,81	26,221	,279	,685
item22	75,46	27,540	,147	,697
item23	75,22	26,941	,324	,683
item24	75,64	25,237	,422	,671
item25	75,72	26,155	,336	,680
item26	75,35	27,637	,194	,692
item28	75,48	26,724	,349	,681
item29	76,28	26,402	,151	,705

Uji ke 3

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,728	20

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	66,78	23,155	,152	,727
item2	66,82	22,530	,287	,719
item5	67,12	21,966	,263	,721
item6	66,68	22,553	,341	,717
item7	66,90	21,797	,384	,711
item8	66,93	21,655	,349	,713
item10	66,87	22,165	,314	,717
item12	67,13	22,171	,229	,724
item13	66,97	22,383	,244	,722
item16	66,79	22,440	,243	,722
item17	67,02	21,408	,418	,708
item18	67,33	21,739	,214	,728
item20	66,93	20,980	,351	,713
item21	67,36	21,168	,325	,715
item22	67,00	22,616	,158	,730
item23	66,77	22,178	,318	,716

item24	67,19	20,674	,409	,706
item25	67,26	21,220	,370	,711
item26	66,90	22,654	,220	,723
item28	67,02	22,024	,334	,715

Uji 4

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,730	19

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	63,27	21,806	,147	,730
item2	63,31	21,221	,277	,721
item5	63,61	20,575	,272	,722
item6	63,17	21,236	,332	,719
item7	63,39	20,544	,368	,714
item8	63,42	20,225	,368	,713
item10	63,36	20,812	,317	,718
item12	63,62	20,769	,239	,725
item13	63,46	21,166	,218	,726
item16	63,28	20,973	,267	,722
item17	63,51	20,192	,398	,711
item18	63,82	20,277	,231	,729
item20	63,42	19,546	,370	,712
item21	63,85	19,830	,328	,717
item23	63,26	20,962	,291	,720
item24	63,68	19,382	,407	,708
item25	63,75	19,900	,370	,712
item26	63,39	21,293	,222	,725
item28	63,51	20,734	,324	,717

Analisis reabilitas

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,730	19

Berdasarkan uji validasi dan reliabilitas terdapat 11 item yang gugur. Sehingga jumlah item valid yang tersisa dan di analisa berjumlah 19 item.

Skala 2 resiliensi

Uji 1

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,871	44

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
kuisiomer 2	135,15	113,292	,364	,868
item2	135,71	114,187	,172	,872
item3	135,50	113,591	,300	,869
item4	135,54	113,067	,383	,868
item5	135,97	110,900	,357	,868
item6	135,97	109,664	,470	,865
item7	135,71	112,620	,325	,868
item8	136,12	111,458	,319	,869
item9	135,40	111,394	,406	,867
item10	135,38	112,591	,412	,867
item11	136,05	112,934	,264	,870
item12	135,16	113,476	,342	,868
item13	135,15	113,298	,270	,870
item14	134,96	114,220	,228	,870

item15	135,36	112,843	,340	,868
item16	135,46	113,599	,288	,869
item17	135,38	113,005	,390	,868
item18	135,24	109,750	,578	,864
item19	135,38	111,478	,455	,866
item20	135,20	113,006	,351	,868
item21	135,20	112,040	,382	,867
item22	135,37	111,859	,407	,867
item23	134,93	113,290	,382	,868
item24	135,70	114,092	,255	,870
item25	135,35	114,525	,234	,870
item26	135,65	114,535	,274	,869
item27	135,42	111,142	,485	,866
item28	135,04	112,870	,382	,868
item29	135,36	114,301	,205	,871
item30	135,91	109,740	,439	,866
item31	135,62	111,330	,355	,868
item32	134,94	114,538	,219	,870
item33	135,34	112,847	,348	,868
item34	135,22	114,853	,181	,871
item35	135,12	112,242	,444	,867
item36	135,27	113,639	,276	,869
item37	135,18	110,356	,465	,866
item38	135,19	111,062	,482	,866
item39	135,15	111,243	,459	,866
item40	135,00	113,266	,313	,869
item41	134,91	112,041	,373	,868
item42	135,44	116,365	,086	,872
item43	135,03	112,526	,311	,869
item44	135,42	112,491	,320	,869

Uji 2

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,873	42

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
kuisiomer 2	129,25	108,740	,352	,871
item3	129,60	109,019	,290	,872
item4	129,64	108,586	,365	,870
item5	130,06	106,011	,373	,870
item6	130,07	105,040	,471	,868
item7	129,81	107,948	,325	,871
item8	130,22	106,813	,319	,872
item9	129,50	106,813	,402	,870
item10	129,48	108,034	,402	,870
item11	130,15	108,264	,263	,873
item12	129,26	109,011	,322	,871
item13	129,25	108,422	,284	,872
item14	129,05	109,371	,239	,873
item15	129,46	108,122	,344	,871
item16	129,56	109,085	,274	,872
item17	129,48	108,526	,372	,870
item18	129,34	105,072	,584	,866
item19	129,48	106,773	,460	,869
item20	129,29	108,150	,366	,870
item21	129,29	107,430	,379	,870
item22	129,47	107,078	,418	,869
item23	129,02	108,655	,378	,870
item24	129,80	109,452	,250	,872
item25	129,45	109,963	,221	,873
item26	129,75	109,945	,263	,872
item27	129,52	106,477	,487	,868
item28	129,14	108,201	,382	,870
item29	129,46	109,846	,187	,874
item30	130,00	105,315	,428	,869
item31	129,72	106,468	,369	,870
item32	129,04	109,663	,232	,873
item33	129,44	108,228	,344	,871
item34	129,32	110,179	,178	,874
item35	129,22	107,559	,447	,869

item36	129,37	109,062	,267	,872
item37	129,28	105,483	,483	,868
item38	129,29	106,226	,498	,868
item39	129,25	106,425	,474	,868
item40	129,09	108,617	,311	,871
item41	129,01	107,212	,386	,870
item43	129,13	107,751	,319	,871
item44	129,51	107,886	,316	,871

Uji 3

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,874	40

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
kuisisioner 2	122,78	103,470	,344	,872
item3	123,14	103,646	,291	,873
item4	123,18	103,378	,352	,872
item5	123,60	100,448	,390	,871
item6	123,60	99,492	,491	,869
item7	123,34	102,463	,337	,872
item8	123,75	100,954	,354	,872
item9	123,03	101,688	,388	,871
item10	123,01	102,857	,388	,871
item11	123,68	102,662	,281	,873
item12	122,79	103,849	,304	,873
item13	122,78	102,941	,294	,873
item14	122,59	103,889	,248	,874
item15	123,00	102,970	,329	,872
item16	123,09	103,819	,267	,873

item17	123,01	103,291	,362	,872
item18	122,87	99,678	,596	,867
item19	123,01	101,360	,469	,870
item20	122,83	102,635	,382	,871
item21	122,83	102,350	,360	,872
item22	123,00	101,596	,432	,870
item23	122,56	103,213	,388	,871
item24	123,33	104,243	,236	,874
item25	122,99	104,842	,198	,874
item26	123,28	104,518	,268	,873
item27	123,05	101,243	,482	,869
item28	122,68	103,136	,357	,872
item30	123,54	100,053	,427	,870
item31	123,25	101,166	,369	,872
item32	122,57	104,236	,237	,874
item33	122,98	103,118	,325	,872
item35	122,75	102,523	,420	,871
item36	122,91	103,927	,249	,874
item37	122,81	99,936	,504	,869
item38	122,82	100,816	,509	,869
item39	122,78	101,155	,472	,870
item40	122,63	103,437	,297	,873
item41	122,54	101,707	,401	,871
item43	122,67	102,282	,329	,872
item44	123,05	102,569	,315	,873

#### Analisis reabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,874	40

Berdasarkan uji validasi dan reliabilitas terdapat 4 item yang gugur. Sehingga jumlah item valid yang tersisa dan di analisa berjumlah 40 item

Lampiran III  
Output Hasil Penelitian



## II. Uji kenormalan data

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Religius	Resiliensi
N		204	204
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	67,0049	128,3186
	Std. Deviation	4,75560	10,53128
	Absolute	,069	,071
Most Extreme Differences	Positive	,055	,071
	Negative	-,069	-,058
Kolmogorov-Smirnov Z		,984	1,010
Asymp. Sig. (2-tailed)		,287	,260

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

## III. Uji korelasi

**Correlations**

		Religius	Resiliensi
Religius	Pearson Correlation	1	.515**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	204	204
Resiliensi	Pearson Correlation	.515**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	

N	204	204
---	-----	-----

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

#### IV. Uji r square

Model Summary									
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.515 <sup>a</sup>	.265	.261	8.90899	.265	72.726	1	202	.000

a. Predictors: (Constant), Religius

#### V. Uji persentase dan frekuensi

Statistics			
		katagorix	kategoriY
N	Valid	204	204
	Missing	0	0

#### *Religious coping*

Katagorix				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	112	54.9	54.9	54.9
Valid tinggi	92	45.1	45.1	100.0
Total	204	100.0	100.0	

#### Resiliensi

kategoriY				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	107	52.5	52.5	52.5
Valid tinggi	97	47.5	47.5	100.0

Total	204	100.0	100.0
-------	-----	-------	-------

Lampiran IV

Dokumentasi





